

**Правила
безопасного
поведения во
время зимних
каникул и
новогодних
праздников**



Переохлаждение

Это состояние организма, при котором температура тела опускается ниже нормального из-за воздействия холода.

Симптомы переохлаждения: дрожь, усталость, замедленная речь, пониженная температура тела, посинение кожи.

Что делать при переохлаждении?

1. Как можно скорее переместить пострадавшего в тёплое помещение.

2. Снять всю влажную одежду и завернуть человека в сухие одеяла.

3. Предложить человеку тёплое, **но не горячее** питьё.

4. Положить грелки возле тела, но не прикладывать к голой коже.

5. Если состояние ухудшается или симптомы усиливаются, **немедленно обратиться к врачу.**

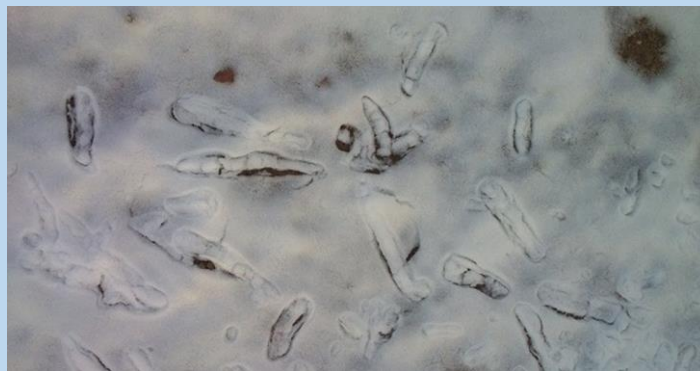
Гололёд и сосульки

Особенно внимательными нужно быть на дороге. На скользкой проезжей части автомобиль не может остановиться быстро!

Если на улице гололёд, передвигайтесь маленькими шагами с упором на всю стопу.

Сосульки, упав с крыши зданий, могут нанести травмы, опасные для жизни!

Не пробуй снег и сосульки!



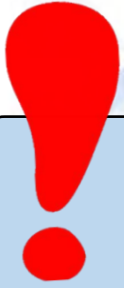
Снег под микроскопом



Облизывание сосулек и поедание снега может привести к болезни. Они содержат химические отходы и птичий помёт



Что делать, если провалился под лёд?



Если ты провалился под лёд, важно действовать быстро и правильно.

Если провалился ты

1. **Не паникуй.** Паника может заставить тебя тратить больше сил.
2. **Держись на плаву.** Постарайся остаться на поверхности льда.
3. **Зови на помощь.** Громко кричи и зови взрослых.
4. **Выбирайся.** Постарайся лечь грудью на лёд и выкарабкаться.
5. **Двигайся аккуратно.** Не вставай сразу на ноги, чтобы лёд не проломился снова. Ползи на животе.

Если провалился друг

1. **Не паникуй.** Самое главное – не пугайся.
2. **Зови на помощь.** Громко кричи и зови взрослых.
3. **Оставайся на безопасном расстоянии.** Не подходи близко к краю льда, чтобы не провалиться.
4. **Брось помощь.** Если рядом есть что-то, что можно использоваться как верёвку или палку, брось это другу.
5. **Двигайся аккуратно.** Твой друг должен стараться лечь грудью на лёд

и выкарабкиваться

Зимние забавы

Чтобы катание на санках, ледянках и ватрушках было безопасным и приносило только радость, запомни следующие правила:

Избегай
дорог и
мест с
движением

транспорта.

Проверь
санки перед
каждым
катанием.

Не используй
сломанные или
повреждённые
санки.

Избегай
резких
поворотов и
торможений.

Выбирай
специальные
горки,
предназначен-
ные для
катания.

Носи тёплую,
но не тяжелую
одежду, чтобы
не
перегреться и
не
замерзнуть.

Держись за
края
ледянки и
не отпускай
их во время
спуска.



Правила безопасных каникул

Соблюдая правила, ты сможешь наслаждаться безопасными и весёлыми зимними каникулами!

Гуляй только в светлое время суток!

Не используй пиротехнику без взрослых!

Гулять можно только на открытых и хорошо освещённых улицах, играть на безлюдных пустынях может быть опасно.

Мы за безопасные каникулы!

Будь всегда на связи с родителями!

